

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий *Лопухина* (Коробкова Н.Н.)
 19.08.2024

Меню на 19.08.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Печенье	0	20	0	1,48	0	1,88	0	14,62	0	81,4	
Масло сливочное	0	6	0	0,05	0	4,32	0	0,08	0	39,66	
Чай с сахаром	0	170	0	10,2	0	2,6	0	11,05	0	41,89	132
Вермишель с маслом и сахаром	100	100	3,9	3,9	4,1	4,1	20,84	20,84	138,25	138,25	75
Масло сливочное	4	0	0,03	0	2,88	0	0,06	0	26,44	0	
Печенье	20	0	1,48	0	1,88	0	14,62	0	81,4	0	
Чай с сахаром	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	132
Итого за завтрак 1	274	296	14,41	15,63	11,15	12,9	45,27	46,59	283,05	301,2	
Завтрак 2											
Яблоко	80	100	0,33	0,41	0,33	0,41	8,07	10,09	36,26	45,32	140
Итого за завтрак 2	80	100	0,33	0,41	0,33	0,41	8,07	10,09	36,26	45,32	
Обед											
Суп гороховый вегетарианский	0	200	0	5,72	0	0,48	0	16,12	0	101,88	35
Каша гречневая рассыпчатая	0	100	0	3,6	0	3,6	0	2,2	0	98,7	65
котлеты печеночные	0	90	0	12,06	0	4,68	0	10,26	0	131,76	1
хлеб ржаной	0	40	0	3,16	0	0,4	0	19,32	0	94	1
Компот из сухофруктов	0	200	0	51,4	0	0	0	12,24	0	53,6	122
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша гречневая рассыпчатая	80	0	2,88	0	2,88	0	1,76	0	78,96	0	65
Компот из сухофруктов	150	0	38,55	0	0	0	9,18	0	40,2	0	122
Салат из огурцов свежих	50	60	0,35	0,42	7,6	9,12	0,85	1,02	61	73,2	36
Суп гороховый вегетарианский	180	0	5,15	0	0,43	0	14,51	0	91,69	0	35
котлеты печеночные	80	0	10,72	0	4,16	0	9,12	0	117,12	0	1
хлеб ржаной	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47	0	1
Итого за обед	563	695	59,23	76,36	15,27	18,28	45,08	61,16	435,97	553,14	
Полдник											
Ватрушка с повидлом	90	100	11,97	13,3	10,71	11,9	38,61	42,9	287,1	319	
Кефир	150	160	4,35	4,64	3,75	4	6	6,4	75	80	439
Итого за полдник	240	260	16,32	17,94	14,46	15,9	44,61	49,3	362,1	399	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	150	200	1,17	1,56	3,87	5,16	16,4	21,86	105	140	1
Кофейный напиток	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,13	21,5	109	145,34	126
булка	20	40	0,63	1,26	0,08	0,16	3,85	7,7	18,8	37,6	1
Итого за ужин 1	320	440	5,24	7,4	7,73	10,36	36,37	51,06	232,8	322,94	
Итого день	1477	1791	95,53	117,74	48,94	57,85	179,39	218,2	1350,2	1621,6	

Исполнитель: ст.м/с Ежеченко О.А.

цена 126,98